



Состав:

600 г свиной шейки

1 яйцо

3/4 стакана панировочных сухарей

соль

черный молотый перец

Рецепт отбивных из свиной шейки:

Свинину (шейку) промыть, обсушить и нарезать ломтиками толщиной примерно 1 см. Каждый такой ломтик обернуть в пищевую пленку и отбить. Свинину посолить и поперчить.

Яйцо немного взбить в небольшой пиале при помощи вилки. На отдельную тарелку высыпать часть панировочных сухарей, добавить немного соли и черного молотого перца, перемешать.

Отбитые кусочки свинины обмакнуть с двух сторон в пиалу в яйцом, затем в панировочные сухари и обжарить на хорошо разогретой сковороде в небольшом количестве масла до образования румяной корочки (примерно по 3-4 минуты с каждой стороны). Готовность мяса проверить при помощи вилки.

Приятного аппетита!